

DAFTAR PUSTAKA

- La Fua, J., dan Nurlila, R. U. (2016). Hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi, Dukungan Orang Tua, Fasilitas Sekolah dengan Prestasi Belajar Siswa di SD Negeri 01 Gunung Sari Kec. Bonegunu Kab. Buton Utara. *Al-TA'DIB. Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 9(2), 22–43.
- Sukiniarti, S. (2015). Kebiasaan Makan Pagi pada Anak Usia SD dan Hubungannya dengan Tingkat Kesehatan dan Prestasi Belajar. *JPBI (Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia)*, 1(3), 315–321.
- WHO. 2022. Adolescent Health. [diakses 20 September 2022]. Tersedia dari: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Jurnal Pendidikan Sosial Vol. 2, No. 1 ISSN 2407-5299* (
- Supriasa, dkk. 2012. Penilaian Status Gizi. Jaka 5rta: EGC
- Purwati, 2010. Resiko obesitas. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk. Diakses30/10/2023>.
- Kurniasari, A. N. and D.A., D. (2014). Kunci Tepat Diet Sehat. Yogyakarta: Trans Idea Publishing.
- Almatsier, S. 2009. Ilmu Gizi Dasar. Jakarta : PT.Gramedia Pustaka utama.
- Ali Suandana, I., & Sidiarta, I. (2014). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 3(12), 1–13.
- Soeria. 2013. Langkah Langkah Mencegah Obesitas. [http : www.kajianpustaka.com/2016/01/pencegahan- penatalaksanaan- pengukuran-obesitas.html](http://www.kajianpustaka.com/2016/01/pencegahan-penatalaksanaan-pengukuran-obesitas.html)
- Hanif, Eni Syarif. 2019. Hubungan Sarapan dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Keperawatan Semester 2 pada Modul BSN III UIN Syarif

- Hidayatullah Jakarta Tahun 2016. Skripsi Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Sirajuddin S, Masni. 2017. Kejadian anemia pada siswa sekolah dasar. 9(3):264– 269.
- Murphy JM. 2017. Breakfast and learning: an updated review. *Current Nutrition & Food Science*. 3(1):3–36.
- Kemenkes RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional Riskesdas 2018, 53(9), 154–165.
- Dwijayanti, R. I., Rohmawati, N., & Ningtyias, F. W. (2016). Gambaran Absenteisme Makan Pagi dan Status Gizi pada Mahasiswa di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jember. *Artikel Ilmiah*.
- Hanita, O. (2021). Pengaruh Kebiasaan Sarapan Pagi Terhadap Konsentrasi Belajar Dan Hasil Belajar Siswa Di Kelas V SDN 24 Kota Bengkulu. In Skripsi. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.
- Anggraini, V. L. (2017). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi dan Prestasi Belajar Murid di Sekolah Dasar Negeri Pesanggrahan 02 Jakarta. In *Universitas Sumatera Utara*. Universitas Sumatera Utara.
- A., A. K. (2016). Kebiasaan makan Dan Gangguan Pola Makan Serta Pengaruhnya Terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, VI(1), 49–55.
- Fahrizal, M. F., & Nugroho, P. S. (2021). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Konsumsi Sayur dengan Kejadian Overweight pada Remaja. *Borneo Student Research*, 2(2), 1188–1194.
- Health, M., & Journal, S. (2023). 1*, 2 1-2. 3.

- Lin, Y., Yuan, J., Long, Q., Hu, J., Deng, H., Zhao, Z., Chen, J., Lu, M., & Huang, A. (2021). Patients with SARS-CoV-2 and HBV co-infection are at risk of greater liver injury. *Genes and Diseases*, 8(4), 484–492. <https://doi.org/10.1016/j.gendis.2020.11.005>
- Mada, E. L. R. (2019). Gambaran Kebiasaan sarapan Pagi dan Durasi Waktu Tidur pada Anak Obesitas dan Overweight di SDK. Santa Maria Assumptha Kota Kupang. *Jurnal Gizi*.
- Maritasari, D. Y., & ., R. (2019). Hubungan Genetik, Asupan Makanan, Dan Sedentary Behavior Dengan Kejadian Obesitas Siswa Slta Kecamatan Tanah Abang Jakarta Pusat. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 10(1), 45. <https://doi.org/10.30633/jkms.v10i1.308>
- Setiawati, F. S., Mahmudiono, T., Ramadhani, N., & Hidayati, K. F. (2019). Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan Obesitas Pada Remaja Di SMA Negeri 6 Surabaya Tahun 2019. *Amerta Nutrition*, 3(3), 142. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.142-148>
- Sidiartha, I. G. A. D. N., & Pratiwi, I. G. A. P. E. (2020). Hubungan Antara Sarapan Dengan Obesitas Pada Anak Usia 6 – 12 Tahun. *Jurnal Medika Udayana*, 9(5), 13–17.
- Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Udayana, U., Gizi, S., & Belajar, P. (2021). *HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI Program Studi Pendidikan Dokter , Fakultas Kedokteran , Universitas Udayana*
- Telisa, I., Hartati, Y., & Haripamilu, A. D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletehan Health Journal*, 7(03), 124–131. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i03.160>
- Damayanti, R. E., Sumarmi, S., & Mundiastuti, L. (2019). Hubungan Durasi Tidur dengan Kejadian Overweight dan Obesitas pada Tenaga Kependidikan di Lingkungan Kampus C Universitas Airlangga. *Amerta Nutrition*, 3(2), 89–93.

Sari, R. I. (2012). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Usia 12-15 Tahun Di Indonesia Tahun 2007. Universitas Indonesia.

Sary, N. L., Rahmawati, S., Yusni, Husnah, & Saminan. (2021). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Pegawai Sekretariat Daerah Kabupaten Aceh Barat. Jurnal Kedokteran Syiah Kuala, 21(1), 21– 28.

LAMPIRAN

Lampiran 1 . Master Tabel Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

No	Nama	Tempat lahir	Tanggal lahir	Jenis Kelamin	BB	TB	IMT		Sarapan pagi	
							IMT	Kategori	Skor	Kategori
1	KS	Kabanjahe	28/01/2007	Laki laki	73.0	170.8	25.2	Obesitas 1	46	Tidak baik
2	AZ	Medan	18/08/2008	Laki laki	71.9	159.0	28.4	Obesitas 1	55	Baik
3	CB	Jaharun B	09/05/2008	Laki laki	84.4	164.0	31.4	Obesitas 2	45	Tidak baik
4	CP	Perdamean	02/11/2008	Laki laki	87.0	174.0	28.7	Obesitas 1	44	Tidak baik
5	GT	Naga Pane	10/05/2007	Perempuan	60.5	154.0	25.3	Obesitas 1	49	Baik
6	GSG	Lubuk Pakam	14/08/2008	Perempuan	68.6	146.0	32.2	Obesitas 2	51	Baik
7	JAS	Ramunia	21/10/2008	Perempuan	63.8	159.0	25.2	Obesitas 1	50	Baik
8	DS	Medan	05/10/2007	Laki laki	71.0	167.0	25.5	Obesitas 1	41	Tidak baik
9	HMB	Sipinggan	05/07/2008	Perempuan	60.2	146.2	28.2	Obesitas 1	51	Baik
10	JDS	Perbaungan	30/05/2007	Perempuan	69.8	161.5	26.8	Obesitas 1	51	Baik
11	JH	Lubuk Pakam	29/12/2008	Laki laki	76.5	173.0	25.6	Obesitas 1	41	Tidak baik
12	GHP	Medan	30/01/2009	Laki laki	76.5	172.0	25.9	Obesitas 1	43	Tidak baik
13	ERS	Pematangsiantar	01/09/2007	Perempuan	57.6	147.3	26.5	Obesitas 1	39	Tidak baik
14	NPT	Deli Tua	16/01/2008	Perempuan	70.8	151.0	31.1	Obesitas 2	44	Tidak baik
15	RBS	Pantai Labu	18/07/2008	Perempuan	55.8	148.0	25.5	Obesitas 1	50	Baik
16	EBT	Juma Tombak	04/07/2008	Perempuan	70.1	161.0	27.0	Obesitas 1	47	Tidak baik
17	JOS	Lubuk Pakam	29/11/2008	Laki laki	67.0	160.5	26.0	Obesitas 1	42	Baik
18	APS	Medan	17/09/2007	Perempuan	66.5	157.5	26.8	Obesitas 1	39	Tidak baik

19	RAS	Kotarih	24/02/2009	Perempuan	80.4	154.0	33.9	Obesitas 2	43	Tidak baik
20	PAS	Jalan Hutabaru	22/11/2007	Laki laki	91.5	172.0	30.8	Obesitas 2	42	Tidak baik
21	WDS	Pardamean	31/03/2006	Laki laki	66.0	172.0	25.1	Obesitas 1	38	Tidak baik
22	DMS	Lubuk Pakam	08/03/2008	Perempuan	67.5	155.5	27.9	Obesitas 1	40	Tidak baik
23	LC	Lubuk Pakam	02/02/2007	Perempuan	77.0	162.0	29.3	Obesitas 1	43	Tidak baik
24	DLB	Bah Ger Ger	23/09/2006	Perempuan	82.4	143.0	40.1	Obesitas 2	53	Baik
25	ET	Deli Tua	02/11/2007	Laki laki	73.4	168.0	26.0	Obesitas 1	49	Baik
26	LTP	Timika	09/02/2007	Perempuan	70.7	167.0	25.4	Obesitas 1	53	Baik
27	MLS	Jakarta	02/03/2007	Laki laki	79.0	171.0	27.0	Obesitas 1	44	Tidak baik
28	TKM	Ujung Serdang	11/03/2007	Perempuan	56.5	146.0	26.5	Obesitas 1	40	Tidak baik
29	DB	Tanjung Baru	16/02/2008	Perempuan	54.2	147.0	25.1	Obesitas 1	37	Tidak baik
30	GSR	Medan	03/09/2007	Perempuan	61.3	155.0	25.5	Obesitas 1	43	Tidak baik
31	KM	Medan	01/01/2008	Perempuan	68.8	155.0	28.6	Obesitas 1	50	Baik
32	PSR	Gempolan	15/10/2007	Perempuan	80.2	148.5	36.4	Obesitas 2	47	Tidak baik
33	YHP	Parit Gajah	26/06/2006	Perempuan	55.1	148.0	25.2	Obesitas 1	42	Tidak baik
34	YM	Lubuk Pakam	29/07/2007	Laki laki	93.6	162.0	35.7	Obesitas 2	44	Tidak baik
35	DNS	Lubuk Pakam	28/11/2007	Perempuan	60.0	152.4	25.8	Obesitas 1	50	Baik
36	PP	Bandar Maruhur	01/01/2007	Laki laki	69.8	159.0	27.6	Obesitas 1	39	Tidak baik
37	KOT	Batam	16/07/2006	Perempuan	68.5	157.0	27.8	Obesitas 1	49	Baik
38	TAM	Keb Sei Lindai	15/12/2006	Perempuan	69.7	151.0	30.6	Obesitas 2	49	Baik
39	SRH	Pasir Pangaraian	22/12/2006	Perempuan	96.7	149.0	43.3	Obesitas 2	39	Tidak baik
40	SP	Hutasaing	10/09/2008	Perempuan	63.5	155.5	26.3	Obesitas 1	44	Tidak baik
41	SNP	Tanjung Morawa	03/11/2006	Laki laki	82.3	159.0	32.6	Obesitas 2	44	Tidak baik

Lampiran 2. Output SPSS

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	2	4.9	4.9	4.9
	16	15	36.6	36.6	41.5
	17	17	41.5	41.5	82.9
	18	7	17.1	17.1	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

JenisKelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Lakilaki	15	36.6	36.6	36.6
	Perempuan	26	63.4	63.4	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

StatusGizi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Obesitas 1	30	73.2	73.2	73.2
	Obesitas 2	11	26.8	26.8	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

KategoriSkor

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak baik	26	63.4	63.4	63.4
	Baik	15	36.6	36.6	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		IMT	Nilai
N		41	41
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	28.629	75.5688
	Std. Deviation	4.2275	7.98937
Most Extreme Differences	Absolute	.202	.147
	Positive	.201	.147
	Negative	-.202	-.143
Test Statistic		.202	.147
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c	.026 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Correlations

			IMT	Nilai
Spearman's rho	IMT	Correlation Coefficient	1.000	.123
		Sig. (2-tailed)	.	.445
		N	41	41
	Nilai	Correlation Coefficient	.123	1.000
		Sig. (2-tailed)	.445	.
		N	41	41

Lampiran 3. Informed Consent

LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : JBE SIHALOHO
Tempat Tgl Lahir : Lubuk Pakam / 29, 11 - 2008
Alamat : Jl medan no. 13

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian ini sampai selesai dengan judul penelitian "HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA SWASTA RK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM " yang akan dilakukan oleh :

Nama : Sesna Vitasari Simanjuntak
Nim : P01031121133
Alamat : Jl.Prona I No.77
Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan
Gizi Prodi-DIII
No. HP : 081265554290

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam,.....2023

Peneliti


(Sesna Vitasari Simanjuntak)

Responden


(.....)

①

Lampiran 4. Kuesioner Penelitian

LEMBAR KUESIONER

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA SWASTA RK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM

A. Karakteristik Responden

Nama :

Tempat, tanggal lahir :

Alamat :

Jenis kelamin :

B. Pertanyaan Kebiasaan Sarapan

Jawablah pertanyaan berikut dengan memberikan tanda silang pada salah satu jawaban yang sesuai dengan kebiasaan yang anda lakukan.

1. Apakah kamu sarapan pagi setiap hari ?
 - a. Ya, selalu dilakukan (5-7 kali seminggu) (3)
 - b. Kadang-kadang (3-4 kali seminggu) (2)
 - c. Jarang dilakukan (1-2 kali seminggu) (1)
2. Jam berapa biasanya kamu sarapan?
 - a. 07.00 wib (3)
 - b. 08.00 wib (2)
 - c. 09.00 wib (1)
3. Kapan biasanya kamu sarapan ?
 - a. Sebelum berangkat ke sekolah (3)
 - b. Ketika mau berangkat sekolah (2)

- c. Kalau lapar pagi-pagi (1)
- 4. Dimana biasanya kamu sarapan ?
 - a. Rumah (3)
 - b. Perjalanan ke sekolah (2)
 - c. Jam istirahat pertama (1)
- 5. Apakah ibu kamu dirumah selalu menyediakan sarapan?
 - a. Ya, selalu dilakukan (3)
 - b. Kadang-kadang (2)
 - c. Tidak pernah (1)
- 6. Bagaimana cara kamu memperoleh sarapan?
 - a. Disiapkan dirumah (3)
 - b. Beli diwarung, lalu makan dirumah (2)
 - c. Beli disekolah (1)
- 7. Jika tidak sempat sarapan, apakah kamu membawa bekal dari rumah?
 - a. Ya, selalu (3)
 - b. Kadang-kadang (2)
 - c. Tidak pernah dilakukan(jajan disekolah) (1)
- 8. Jika anda tidak terbiasa sarapan, apa alasanya ?
 - a. Tidak sempat (3)
 - b. Tidak tersedia makanan (2)
 - c. Takut gemuk (1)
- 9. Apakah kebiasaan sarapan merupakan kebiasaan sejak kecil ?
 - a. Ya (3)
 - b. Tidak (2)

- c. Tidak tahu (1)
10. Sarapan pagi yang biasa anda konsumsi berupa ?
- a. Makanan lengkap (nasi, lauk pauk, sayur, serta buah (3)
- b. Makanan frozen (2)
- c. The manis saja (1)
11. Menurut anda, apakah sarapan tersebut penting ?
- a. Ya, sangat penting (3)
- b. Mungkin penting (2)
- c. Tidak penting (1)
12. Jika anda melewatkan sarapan, apakah anda mengkonsumsi makan siang lebih banyak ?
- a. Ya (3)
- b. Kadang – kadang (2)
- c. Tidak (1)
13. Apakah anda terbiasa melewatkan sarapan setiap hari?
- a. Ya, selalu (3)
- b. Kadang – kadang (2)
- c. Tidak (1)
14. Jajanan apa yang paling sering dibeli untuk menggantikan sarapan pagi?
- a. Siomai, goreng-gorengan (3)
- b. Kue-kue (2)
- c. Minuman segar (1)
15. Jika tidak tersedia sarapan di rumah , apakah kamu membeli ditempat lain untuk sarapan?
- a. Ya, Selalu (7x/minggu) (3)
- b. Sering (4-5x/minggu) (2)
- c. Kadang – kadang (2-3x/minggu) (1)
16. Menu apakah yang paling sering kamu konsumsi saat sarapan?

- a. Nasi, lauk pauk, sayur dan buah (3)
 - b. Nasi, lauk pauk, sayur (2)
 - c. Nasi dan lauk pauk (1)
17. Apakah jenis sarapan yang kamu konsumsi selalu berganti setiap hari?
- a. Ya (3)
 - b. Kadang-kadang (2)
 - c. Tidak (1)
18. Berapa banyak porsi sarapan mu?
- a. 1 porsi makanan saat makan siang (3)
 - b. $\frac{1}{2}$ porsi makanan saat makan siang (2)
 - c. $1 \frac{1}{2}$ porsi makanan saat makan siang (1)
19. Apakah kamu pernah sarapan hanya dengan minuman(susu,teh manis, air putih?
- a. Tidak pernah (3)
 - b. Jarang (2)
 - c. Ya, selalu (1)
20. Apakah anda memperhatikan menu saat sarapan ?
- a. Ya (3)
 - b. Kadang – kadang (2)
 - c. Tidak (1)

Sumber : 1.(Rani Gartika Holivia Silalahi , 2011)

2.(Aisyatul Isnaini, 2022)

Lampiran 5. Surat Survei Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos :20136
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com



Lubuk Pakam, 27 Oktober 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/2096 /2023
Lampiran : -
Perihal : Surat Survei Penelitian

Kepada Yth:
Bapak/ Ibu Kepala Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni
di _____
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester V diwajibkan menyusun Proposal Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Dini Lestrina, DCN, M.Kes untuk melakukan Survei Penelitian di SMA Swasta RK Serdang Murni, Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Adelia Khairani Siregar	P01031121103	Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni.
2	Elisa Teriana Br. Tarigan	P01031121018	Hubungan Asupan Gizi (KH, L, S) dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni.
3	Sesna Vitasari Simanjuntak	P01031121133	Hubungan Sarapan Pagi dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni.
4	Yunita Simamora	P01031121149	Hubungan Pola Konsumsi Fast Food dan Konsumsi Soft Drink dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Pih. Ketua Jurusan Gizi

Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes
NIP. 198203022005041001



Lampiran 6. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos :20136
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com



Lubuk Pakam, 18 Januari 2024

Nomor : KM.03.01/00/02/03/0134.1 /2024
Lampiran : -
Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni
di
Lubuk Pakam

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Dini Lestrina, DCN, M.Kes untuk melakukan Penelitian di SMA Swasta RK Serdang Murni. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Sesna Vitasari Simanjuntak	P01031121133	Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.
2	Elisa Teriana Br. Tarigan	P01031121018	Hubungan Asupan Zat Gizi (Karbohidrat, Lemak dan Serat) dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001



Lampiran 7. Surat Balasan Penelitian

	YAYASAN PERGURUAN KATOLIK DON BOSCO - KEUSKUPAN AGUNG MEDAN		
	SMA SWASTA RK SERDANG MURNI		
JL. P SIANTAR NO. 146 Telp/Fax (061) 7951427 Lubuk Pakam - 20517 Email : smarkserdangmurnilubukpakam@yahoo.com			
NSS : 3040701160		NSS : 307010005	NPSN : 10219163 AKREDITASI : A (Amat Baik)

SURAT KETERANGAN
Nomor : 4246.2/SMA-RK/S.6-V/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Drs. Masner
NIP	: -
Pangkat/Gol	: -
Jabatan	: Kepala Sekolah
Pada Sekolah	: SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: SESNA VITASARI SIMANJUNTAK
NPM	: P01031121133
Dosen Pembimbing	: Dini Lestrina, DCN, M.Kes

Benar nama tersebut diatas telah melaksanakan penelitian untuk penyusunan Karya Tulis Ilmiah dengan judul " Hubungan Kebiasaan Serapan Pagi Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA RK Serdang Murni Lubuk Pakam" yang dilaksanakan tanggal 27 Januari s/d 03 Februari 2024 di SMAS RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Lubuk Pakam, 13 Mei 2024
Kepala Sekolah


Drs. Masner.
NIP. -



Lampiran 8. Dokumentasi



Lampiran 9

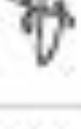
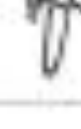
BUKTI BIMBINGAN KARYA TULIS E-MAH

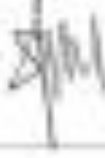
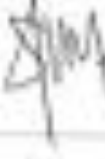
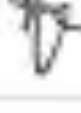
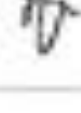
Nama Mahasiswa : Senna Wulan Siregarjuluk

NIM : P03031121133

Judul : "HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI UMA SWASTA RUK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM"

No	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T. Tangan Pembimbing
1	26 September 2023	Pengonkret dan Penyetahan surat permintaan sebagai dosen pembimbing		
2	29 September 2023	Membahas topik akan diangkat menjadi judul penelitian		
3	02 Oktober 2023	Acc. judul dan penentuan lokasi penelitian		
4	09 Oktober 2023	Menulis latar belakang, bab I, dan penulisan Bab II		
5	12 Oktober 2023	Menulis latar belakang, bab I, dan bab II		

6	26 Oktober 2023	Penulisan bab III		
7	07 November 2023	Revisi bab III		
8	13 November 2023	Pemeriksaan ulang proposal		
9	15 November 2023	Usulan penelitian diterima oleh dosen pembimbing		
10	16 November 2023	Seminar usulan penelitian		
11	30 November 2023	Revisi pertaikan proposal ke 1		
12	6 Desember 2023	ACC dan Pembimbing		
13	20 Desember 2023	ACC dan Penguj 1		

14	11 Januari 2024	ACC dari Penguj 2		
15	6 Maret 2024	Pengolahan Data		
16	20 Maret 2024	Dikusi dan revisi GPO pengolahan data		
17	2 Mei 2024	Bimbingan dan revisi BAB IV		
18	2 Mei 2024	Membuat kesimpulan dan saran		
19	7 Mei 2024	Revisi dan pengacakan ulang dari Bab I		
20	8 Mei 2024	Mendafat Seminar Hasil		
21	13 Mei 2024	Maju Seminar Hasil		

22	11 Juni 2024	ACC dan Pembimbing		
23	5 Juli 2024	ACC dan penguji 1		
24	9 Juli 2024	ACC dan Penguji 2		
25	9 Juli 2024	ACC Abstrak dan Pembimbing		

Lampiran 10. EC



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 25-315/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

**“ Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja
Di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Sesna Vitasari Simanjuntak**
Dari Institusi : **Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 10 Januari 2024
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

Ketua,

Dr. Jhonson P Sihombing, MSc, Apt.
NIP. 196901302003121001

Lampiran 11

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap	: Sesna Vitasari Simanjuntak
Tempat/ Tanggal Lahir	: Pematangsiantar, 28 Agustus 2002
Jumlah Anggota Keluarga	: 5 Orang
Alamat Rumah	: Jl.Halilintar Kec. Siantar Timur Kel. Siopat Suhu Kota Pematangsiantar
No Hp/ Wa	: 081265554290
Riwayat Pendidikan	: TK KEMALA BHAYANGKHARI SD RK 4 PEMATANGSIANTAR SMP CR 1 PEMATANGSIANTAR SMAN 2 PEMATANGSIANTAR
Hobby	: Menulis, membaca, nonton, berenang,
Motto	: Satu-satunya cara untuk melakukan pekerjaan yang hebat adalah dengan mencintai apa yang kamu lakukan.

Lampiran 12

SURAT PERMYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sesna Vitasari Simanjuntak

NIM : P01031121133

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di Karya Tulis ilmiah saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat pernyataan

The image shows a handwritten signature in black ink over a rectangular official stamp. The stamp contains the text 'INSTITUT TEKNIK' and 'SURABAYA' in capital letters, along with a small emblem on the left side.

(Sesna Vitasari Simanjuntak)

Lampiran 13. Kuesioner

Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

LEMBAR KUESIONER

HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA REMAJA DI SMA SWASTA RK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM

A. Karakteristik Responden

Nama : JOE SIHA LOHO
Tempat, tanggal lahir : Lubuk Pakam / 29.11 - 2008
Alamat : Jln medan no .13
Jenis kelamin : Laki-laki

B. Pertanyaan Kebiasaan Sarapan

Jawablah pertanyaan berikut dengan memberikan tanda silang pada salah satu jawaban yang sesuai dengan kebiasaan yang anda lakukan.

1. Apakah kamu sarapan pagi setiap hari ?
 - a. Ya, selalu dilakukan (5-7 kali seminggu) (3)
 - ☒ b. Kadang-kadang (3-4 kali seminggu) (2)
 - c. Jarang dilakukan (1-2 kali seminggu) (1)
2. Jam berapa biasanya kamu sarapan?
 - ☒ a. 07.00 wib (3)
 - b. 08.00 wib (2)
 - c. 09.00 wib (1)
3. Kapan biasanya kamu sarapan ?
 - ☒ a. Sebelum berangkat ke sekolah (3)
 - b. Ketika mau berangkat sekolah (2)

- c. Kalau lapar pagi-pagi (1)
4. Dimana biasanya kamu sarapan ?
- ☒ a. Rumah (3)
- b. Perjalanan ke sekolah (2)
- c. Jam istirahat pertama (1)
5. Apakah ibu kamu dirumah selalu menyediakan sarapan?
- a. Ya, selalu dilakukan (3)
- ☒ b. Kadang-kadang (2)
- c. Tidak pernah (1)
6. Bagaimana cara kamu memperoleh sarapan?
- a. Disiapkan dirumah (3)
- ☒ b. Beli diwarung, lalu makan dirumah (2)
- c. Beli disekolah (1)
7. Jika tidak sempat sarapan, apakah kamu membawa bekal dari rumah?
- a. Ya, selalu (3)
- b. Kadang-kadang (2)
- ☒ c. Tidak pernah dilakukan(jajan disekolah) (1)
8. Jika anda tidak terbiasa sarapan, apa alasanya ?
- ☒ a. Tidak sempat (3)
- b. Tidak tersedia makanan (2)
- c. Takut gemuk (1)
9. Apakah kebiasaan sarapan merupakan kebiasaan sejak kecil ?
- a. Ya (3)
- b. Tidak (2)

- ☒ Tidak tahu (1)
10. Sarapan pagi yang biasa anda konsumsi berupa ?
- ☒ Makanan lengkap (nasi, lauk pauk, sayur, serta buah (3)
- b. Makanan frozen (2)
- c. The manis saja (1)
11. Menurut anda, apakah sarapan tersebut penting ?
- ☒ Ya, sangat penting (3)
- b. Mungkin penting (2)
- c. Tidak penting (1)
12. Jika anda melewatkan sarapan, apakah anda mengkonsumsi makan siang lebih banyak ?
- a. Ya (3)
- ☒ Kadang – kadang (2)
- c. Tidak (1)
13. Apakah anda terbiasa melewatkan sarapan setiap hari?
- a. Ya, selalu (3)
- ☒ Kadang – kadang (2)
- c. Tidak (1)
14. Jajanan apa yang paling sering dibeli untuk menggantikan sarapan pagi?
- ☒ Siomai, goreng-gorengan (3)
- b. Kue-kue (2)
- c. Minuman segar (1)
15. Jika tidak tersedia sarapan di rumah, apakah kamu membeli ditempat lain untuk sarapan?
- a. Ya, Selalu (7x/minggu) (3)
- b. Sering (4-5x/minggu) (2)
- ☒ Kadang – kadang (2-3x/minggu) (1)
16. Menu apakah yang paling sering kamu konsumsi saat sarapan?

- a. Nasi, lauk pauk, sayur dan buah (3)
 - ☒ b. Nasi, lauk pauk, sayur (2)
 - c. Nasi dan lauk pauk (1)
17. Apakah jenis sarapan yang kamu konsumsi selalu berganti setiap hari?
- a. Ya (3)
 - ☒ b. Kadang-kadang (2)
 - c. Tidak (1)
18. Berapa banyak porsi sarapan mu?
- ☒ a. 1 porsi makanan saat makan siang (3)
 - b. ½ porsi makanan saat makan siang (2)
 - c. 1 ½ porsi makanan saat makan siang (1)
19. Apakah kamu pernah sarapan hanya dengan minuman(susu,teh manis, air putih)?
- a. Tidak pernah (3)
 - ☒ b. Jarang (2)
 - c. Ya, selalu (1)
20. Apakah anda memperhatikan menu saat sarapan ?
- a. Ya (3)
 - b. Kadang – kadang (2)
 - ☒ c. Tidak (1)

Sumber : 1. (Rani Gartika Holivia Silalahi , 2011)
 2. (Aisyatul Isnaini, 2022)